TANITA®
健康をはかる

# 3Dセンサー搭載歩数計
# FB-728/72E
## 取扱説明書

保証書付

お買い上げいただきまして、まことにありがとうございます。
ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みのうえ、正しくお使いください。
お読みになられたあとも、いつでも見られるように保管してください。

## もくじ


●安全上のご注意…… 1
●取り扱い、保管、お手入れについて…… 2
●正しくご使用いただくために…… 3・4
●電池を入れる・交換する…… 5・6
●各部の名称…… 7
●使い方.1 初期設定 時刻をあわせる…… 8
●使い方.2 初期設定 体重をあわせる…… 9
●使い方.3 初期設定 歩幅をあわせる…… 10
●使い方.4 初期設定 性別をあわせる…… 11
●使い方.5 設定内容を変更する…… 12
●使い方.6 表示の切り替え…… 13・14
●使い方.7 メモリーを見る…… 15・16
●使い方.8 省電力モードについて…… 17
●使い方.9 今日の値をリセットする…… 18
●使い方.10 計測を止める…… 19
●使い方.11 システムリセットする…… 20
●使い方.12 付属ストラップの使い方…… 21
●使い方.13 付属クリップの使い方…… 21
●使い方.14 防犯ブザーを使う／こんな時は…… 22
●主な仕様…… 23
●アフターサービスについて…… 24
●保証書



株式会社タニタ
〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2
お客様サービス相談室
フリーダイヤル 0120-133821



2008.10(0)(NP)

# 安全上のご注意

この説明書では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を防止するためにいろいろな絵表示で説明しています。

| | |
|---|---|
| ⚠警告 | この表示の欄は「死亡または重傷を負う可能性のある」内容です。 |
| ⚠注意 | この表示の欄は「傷害を負う危険または物的損害が発生する危険が想定される」内容です。 |
| 禁止 | してはいけない「禁止」内容です。 |
| 必ず守る | 必ず守っていただく内容です。 |
| お願い | 製品を最良の状態で保つために守っていただきたい内容です。 |
| お知らせ | 製品の使用点検に関連して、お客様に知っていただきたい補足事項です。 |

## ⚠警告

禁止

●電池や製品を乳幼児の手の届くところにおかない
→誤飲の可能性があります。

●電池は火中に投じない
→破裂する可能性があります。

## ⚠注意

必ず守る

●日頃より運動に慣れていない人は、医師やトレーナーの指示に従う
→急な運動や無理な運動は危険です。

●けがや病気で治療中の人は、医師やトレーナーの指示に従う
→急な運動や無理な運動は危険です。

# 取り扱い、保管、お手入れについて

## ■取り扱いについて

●絶対に分解しない
→故障の原因になります。

●過度の衝撃や振動を与えない
→故障の原因になります。

●本体をズボンのうしろポケットに入れない
→破損してけがをする可能性があります。

●湿気の多い所や水のかかる所で使用しない
→故障の原因になります。

●ストラップなどを持って振り回したりしない
→当たってけがをする可能性があります。
→破損する可能性があります。

●ストラップを使い首から下げる際はストラップが引っぱられたり、引っ掛からないようにする
→けがをする可能性があります。

## ■保管について

●湿気の多い所や水のかかる所に保管しない
→故障の原因になります。

## ■お手入れについて

●アルコールや熱湯、シンナーやベンジンなどは使用しない
→本体の汚れは、柔らかい布で拭いてください。

# 正しくご使用いただくために

本器はポケットやカバン、ネックストラップなどにつけても
できます。より正しく測定するために以下の点をよくお

## 身につける場所

●ポケットに入れる

※ズボンのうしろポケットに入れると破損する可能性があります。

●カバンに入れる

→カバンのポケットなどに入れて、使用中本器が不規則に動かないようにしてください。

●首から下げる

付属のストラップや市販のストラップを付けてご使用ください。

## 歩数などの測定について

●本器では誤測定を防止するため、歩行の始まりを判断しています。

→7秒以上の一定した動きがあれば、歩行と判断し、それまでの測定値を一度に表示します。また、動作をいったん止めた場合、再度、7秒以上の一定した動きがないと、測定値は加算されません。

※本器には省電力モードがついていますので、約10分以上動きを感知しない場合は何も表示されなくなります。動きを感知すると、自動的に歩数と時刻が表示されます。(本書P.17参照)

も歩数や脂肪燃焼量、消費カロリー等を測定することが
お読みいただき、正しくご使用下さい。

## 次のような場合、正確に測定できない可能性があります

平地での歩行動作が基本です。

**●設定操作中やメモリー操作中**

全ての値を測定しません。

**●本器が不規則に動くとき**

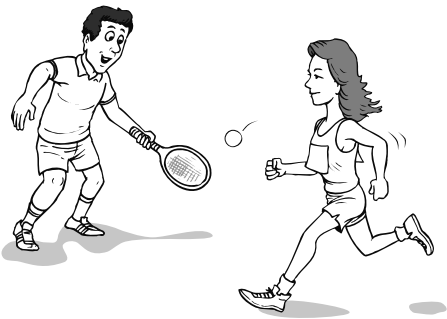
例：● カバンや首からさげていたときの体などにぶつかって不規則にはねる動き
● カバンやポケットの中で本器が不規則に動く

**●不規則な歩行をしている場合**

- すり足のような歩き方(雪道など)
- サンダル、ゾウリなどの履物での歩行
- 混雑した街中を歩くときなどの歩幅の乱れ

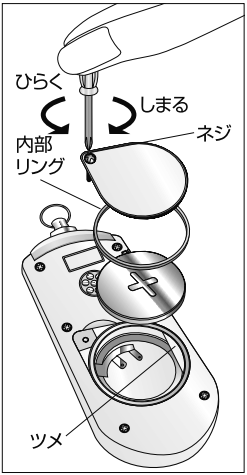
**●歩行以外のスポーツや、振動の多い所での使用**

- 階段や急な斜面での昇り降り
- 乗り物(電車・バス・自転車・自動車など)でのゆれ
- 立ったり座ったりの動作
- ジャンプやジョギングなどの運動、スポーツの時



## 電池を入れる・交換する

電池が消耗してくると、表示画面に⌧が表示されます。
電池を取り外した場合、電池交換をした際はそれまで表示
度設定を行ってください。(本書P.8を参照してくださ




①本体裏面の電池フタのネジを、付属のドライバーまたは、市販の小型ドライバーでまわす。

内部リングがはずれた場合紛失にご注意ください。

### ⚠警告

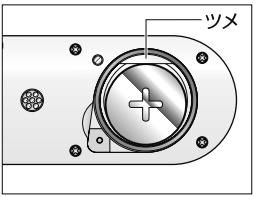
禁止

●電池や付属のドライバーは乳幼児の手の届くところに置かない

→誤飲の可能性があります。万一、電池を飲み込んだ場合には直ちに医師に相談してください。真夜中など、お近くの医師に相談できない場合は、下記へ電話して指示を受けてください。

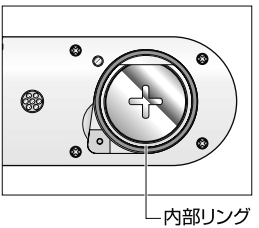
毒性等に関するお問い合わせ先
(財)日本中毒情報センター中毒110番
(大阪)072-727-2499(24時間対応)

速やかに新しい電池(CR2032)と交換してください。
示していた“今日の値”が消去されます。また、時刻は再
い。)




②電池フタをはずし、付属の電池(CR2032)の⊕側を上にして、ツメの下に入れながら電池をセットする

※電池挿入の際は、電極の上に乗せるようにして、電池を挿入して下さい。




③内部リングを元の位置(本体の溝)に取り付ける

内部リングは、ずれない様にしてください。

④電池フタを元の位置に取り付け、しっかりとネジを締める

## ⚠注意

必ず守る

●指定(CR2032)以外の電池を使用しない
→故障の原因になります。

●電池は⊕⊖の方向を正しく入れる
→間違えると故障の原因になります。

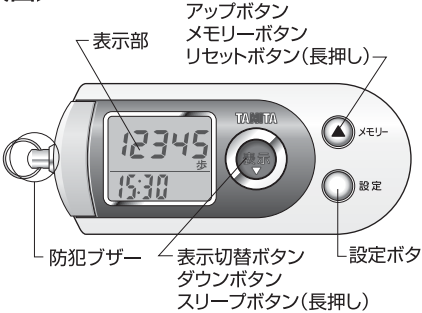
## お知らせ

●付属のお試し用電池は、工場出荷時に納められたものですので寿命が短い場合があります。

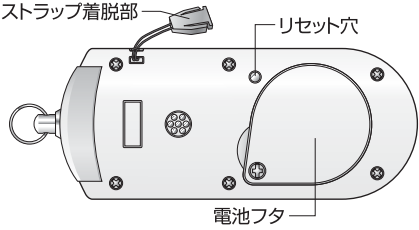
●古い電池はお住まいの市町村区の廃棄方法に従って処理してください。

# 各部の名称

〔表面〕

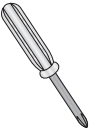



〔裏面〕




## 付属品

- ☑取扱説明書(本書)
- □電池 CR2032／1個
- □ストラップ／2本
- □ドライバー／1個



- □防犯ブザー部用グリップ／1個

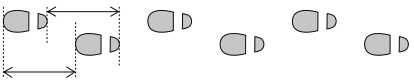
## 使い方.1 初期設定　時刻をあわせる

### お知らせ

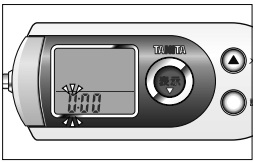
●初期設定を行わないと正しい値が表示されません。かならず、初期設定を行ってください。

●初期設定は時刻→体重→歩幅→性別の順で行います。体重や歩幅は事前に把握しておきましょう。

歩幅とは、地面に着地している片足のつま先から1歩踏み出した足のつま先までの長さ、またはかかとからかかとまでの長さをいいます。



例:PM3:00にあわせる場合　※時計は24時間表示です。



①**電池を入れると表示の時刻の「時」が点滅する**

何も操作がない場合は約1分で「歩数」と「時刻」表示になります。設定を続ける場合は、◯設定ボタンを約2秒以上押してください。

②▲メモリーボタン／表示ボタン**を押して「時」をあわせ**

長押しすると早送りします。

③◯設定**ボタンを押して決定する**

続いて「分」表示が点滅します。「時」と同じように設定します。

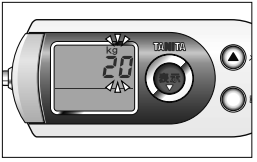
※時刻を正確に合わせるには…「分」が点滅している状態で時報に合わせて◯設定ボタンを押します。

次ページへつづく

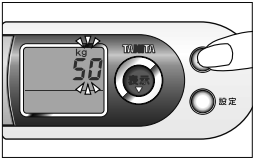
## 使い方.2 初期設定　体重をあわせる

前ページよりつづく

例：体重50kg、歩幅40cm、女性を設定する場合

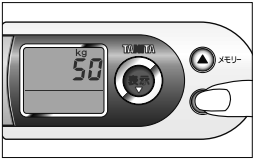



④「時刻」設定後、「体重」表示が点滅する




⑤▲メモリーボタン／表示ボタンを押して「体重」をあわせ

長押しすると早送りします。（設定範囲は20～150kgです）

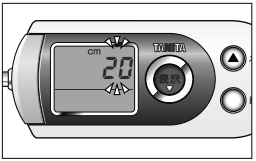



⑥◯設定ボタンを押して決定する

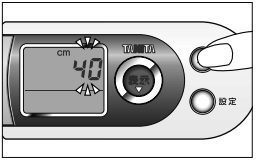
次ページへつづく

## 使い方.3 初期設定　歩幅をあわせる

前ページよりつづく




⑦「体重」設定後、「歩幅」表示が点滅する




⑧▲メモリーボタン／表示ボタンを押して「歩幅」をあわせ

長押しすると早送りします。（設定範囲は20～150cmです）

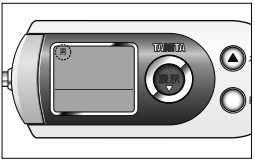
⑨◯設定ボタンを押して決定する

続いて「性別」が表示します。

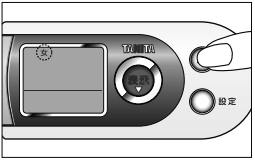
次ページへつづく

## 使い方.4 初期設定　性別をあわせる

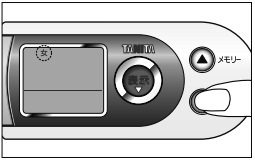
前ページよりつづく



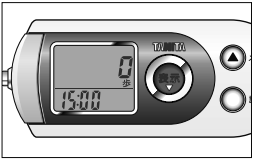

⑩「歩幅」設定後、「性別」が表示する




⑪ ▲メモリー ボタン／ 表示 ボタン押して「男」「女」をあわせ




⑫ ◯設定 ボタンを押して決定する




⑬「性別」設定後、「歩数」と「時刻」表示になる

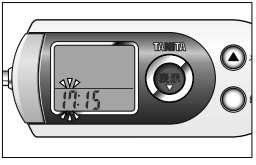
ー以上で初期設定は終了です。ー

## 使い方.5 設定内容を変更する

①歩数と時刻の表示中に

※もしくは距離と歩行時間、もしくは消費カロリーと脂肪燃焼量の表示中に

②◯設定ボタンを約2秒以上押す

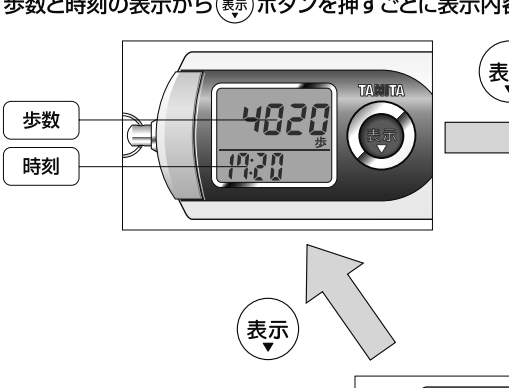



③時刻の「時」が点滅する

◯設定ボタンを押し、変更したい項目まで表示を進め、設定してください。詳しい設定方法は本書P.8～P.11を参照してください。

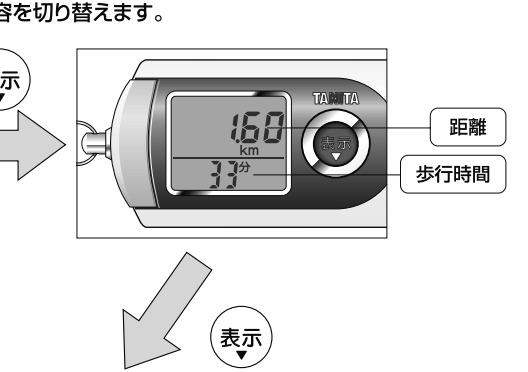
## 使い方.6 表示の切り替え

歩数と時刻の表示から(表示)ボタンを押すごとに表示内容




| | |
|---|---|
| 歩　　数 | 歩いた歩数を表示します。(1日最大999<br>くなります。) |
| 時　　刻 | 時刻を24時間表示で表示します。 |
| 距　　離 | 設定した歩幅と歩いた歩数から距離を計<br>149.99kmを超えると表示は動かなくな |
| 歩行時間 | 1歩1歩の時間を測定し、歩行時間を計算 |
| 消費カロリー | 設定した体重と歩いた歩数、歩く速さか<br>大9999.9kcalまで表示します。9999.9 |
| 脂肪燃焼量 | 歩いた分の消費カロリーと、連続して歩い<br>ます。(1日最大999.9gまで表示します。 |

容を切り替えます。



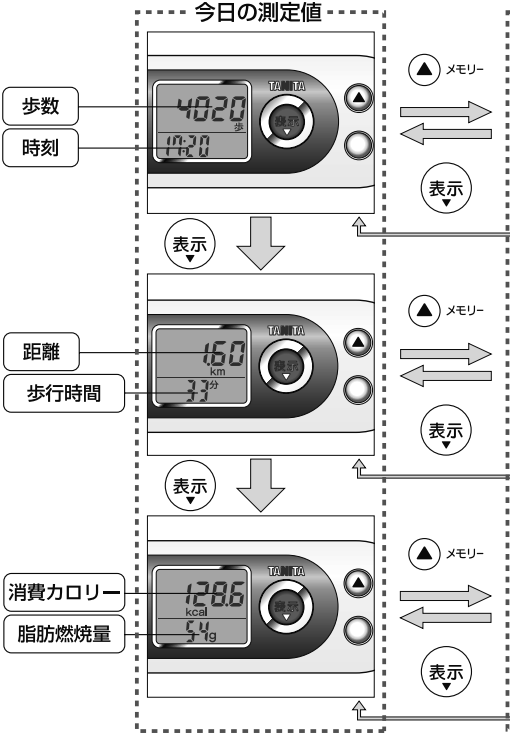




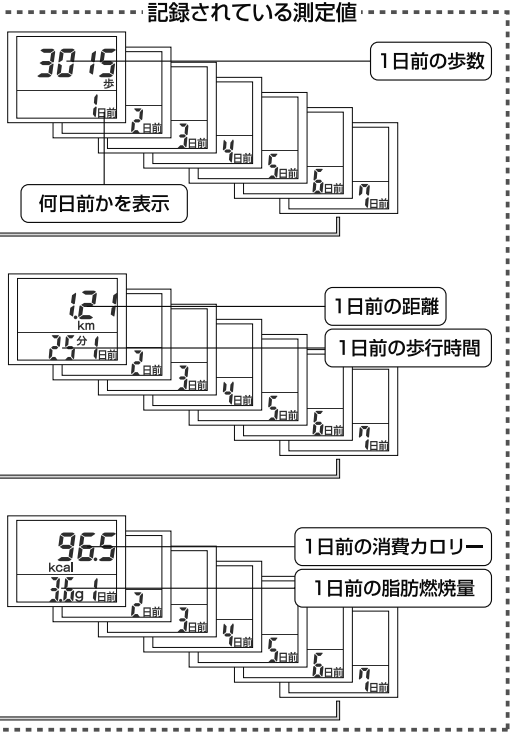
| |
|---|
| 999歩まで表示します。99999歩を超えると表示は動かな |
| |
| 計算して表示します。(1日最大149.99kmまで表示します。<br>なります。) |
| して表示します。 |
| ら歩いた分の消費カロリーを計算して表示します。(1日最<br>9kcalを超えると表示は動かなくなります。) |
| いたことの脂肪燃焼効率から脂肪燃焼量を計算して表示し<br>.999.9gを超えると表示は動かなくなります。) |

## 使い方.7 メモリーを見る

本器では、「歩数」「距離」「歩行時間」「消費カロリー」「脂
とができます。今日の測定値はAM3:00になると自動
定値がそれぞれ最大値を超えた場合は最大値でメモリ
古い測定値から自動的に消去され、新しい測定値がメ
れの表示の時に▲メモリーボタンを押します。▲メモリーボタン
ンを押すと、今日の測定値の表示に戻ります。



脂肪燃焼量」の7日分の測定値をメモリー（記録）するこ
動的にメモリーされ、表示は「0」になります。（1日の測
リーされます。）記録された測定値が7日分を超えると、
モリーされます。メモリーされた値を見るにはそれぞ
を押すごとに古い結果が表示されます。また（表示）ボタ



## 使い方.8 省電力モードについて

本器では、約10分間何も動作を感知しないと自動的に省電力モードになります。

①約10分間動きを感知しないと

②すべての表示が消える

省電力モードから復帰させるには、本器を動かすか、どれかボタンを押してください。

③LCDに「HELLO」が表示された後

④「歩数」と「時刻」表示になる

## 使い方.9 今日の値をリセットする

本器は毎日AM3：00になると自動的に測定値をメモリーします。その前であれば、今日の測定値のみ、リセット（「0」に）することができます。

### お知らせ

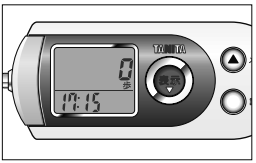
リセットした場合、今日の測定値（歩数、距離、歩行時間、消費カロリー、脂肪燃焼量）は元には戻りません。

※メモリーされている測定値、初期設定の内容は消えません。

①歩数と時刻の表示中に

※もしくは距離と歩行時間、もしくは消費カロリーと脂肪燃焼量の表示中に

②▲メモリーボタンを約3秒以上押す




③今日の値がリセットする

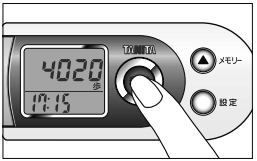
## 使い方.10 計測を止める

スリープ機能を使うことで、計測を止めることができます。

※歩数、距離、歩行時間、消費カロリー、脂肪燃焼量の計測が止まります。

①歩数と時刻の表示中に

※もしくは距離と歩行時間、もしくは消費カロリーと脂肪燃焼量の表示中に




②(表示)ボタンを約3秒以上押す

③「SLEEP(スリープ)」と表示され、計測が止まります

計測を再開させる時は、(表示)ボタンを約2秒以上押してください。

※SLEEP(スリープ)機能中は「表示の切り替え」、「メモリーを見る」、「設定する」ことができません。(表示)ボタンを約2秒以上押して、計測を再開してからご使用ください。

※SLEEP(スリープ)機能中は、「ＳＬＥＥＰ」表示と「時計」表示は消えません。

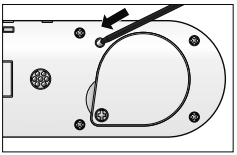
## 使い方.11 システムリセットする

次のような場合、システムリセットを行ってください。

○設定した内容、メモリーされている測定値の全てを「0」にしたい場合

### お知らせ

システムリセットした場合、全ての値（歩数、距離、歩行時間、消費カロリー、脂肪燃焼量、各7日分のメモリー）は元には戻りません。



①本体裏面の「ＲＥＳＥＴ」穴を先の細い棒等で一回押す

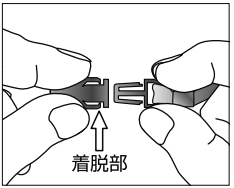
※先の細い棒などの取扱いには十分注意してください。

②表示が「0:00」になり、時刻の「時」が点滅する

以上ですべての値がリセットされました。続けてご使用になる場合は、再度初期設定を行ってください。

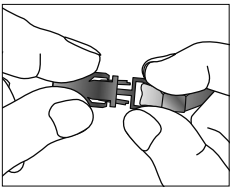
本書P.8～P.11参照

## 使い方.12 付属ストラップの使い方




①ストラップのつけ方

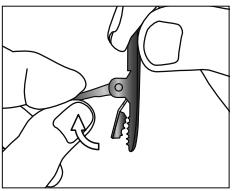
着脱部にストラップをまっすぐ押し込みます。



②ストラップのはずし方

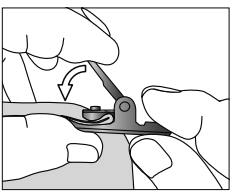
図のように、着脱部の両端をつまむように押しながら、ストラップを引き抜きます。

## 使い方.13 付属クリップの使い方



①クリップの開き方

図のように、クリップの長いつめを引き上げます。

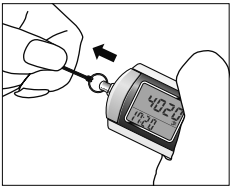


②クリップの閉じ方

図のように、布などをはさみ、クリップの長いつめを閉じます。

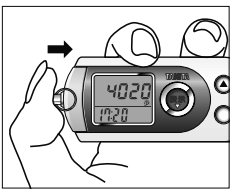
※クリップをはさんだまま、強く引っ張らないでください。はさんだ布地などをいためる場合があります。

## 使い方.14 防犯ブザーを使う



①本体と、防犯ブザーのストラップをしっかりと持ち、カチッと鳴るまでストラップを強く引っぱる

②ブザー音がなる



③音を止める場合は、防犯ブザーの出っ張り部分をカチッと鳴るまで本体へ押し入れる

音が止まります。

## こんな時は

| | |
|---|---|
| マークが表示 | 電池が消耗しています。速やかに新しい電池(CR2032)と交換してください。 本書P.5、P.6参照 |
| 電池を入れたのに何も表示しない | 電池の向きはあっていますか?<br>電池の⊕⊖の向きをお確かめください。本書P.5、P.6参照 |
| | 電池が消耗しています。速やかに新しい電池(CR2032)と交換してください。本書P.5、P.6参照 |
| 測定された値が少ない／多い | 正しく装着していますか?<br>本書P.3、P.4参照 |
| | 不規則な歩行の場合、全ての値において測定しません。本書P.3、P.4参照 |
| | 設定された内容があっていますか?<br>設定内容をお確かめください。<br>本書P.12参照 |

# 主な仕様

| | | |
|---|---|---|
| 検出方法 | | 3軸加速度センサー |
| 表示方法 | | LCD表示 |
| 防犯ブザー | | 音量：85dB以上 |
| 設定内容 | 時間 | 24時間表示 |
| | 体重 | 20kg～150kg |
| | 歩幅 | 20cm～150cm |
| | 性別 | 男・女 |
| 表示内容 | 歩数 | 最小：1歩　最大：99999歩 |
| | 時計 | 24時間表示 |
| | 距離 | 最小：0.01km　最大：149.99km |
| | 歩行時間 | 最小：1分　最大：1440分 |
| | 消費カロリー | 最小：0.1kcal　最大：9999.9kcal |
| | 脂肪燃焼量 | 最小：0.1g　最大：999.9g |
| | 7日間メモリー | 歩数、消費カロリー、距離、脂肪燃焼量、歩行時間のそれぞれ過去7日分 |
| 歩数精度 | | ±5%（振動試験器による） |
| 時計精度 | | 平均月差±30秒以内 |
| 電源 | | DC3.0V（CR2032/1個） |
| 電池寿命 | | 約6ヶ月（1日約4時間作動した場合） |
| 使用温度 | | 0～+40℃ |
| 外形寸法 | | D12.0×W81.4×H32.2mm |
| 質量 | | 約27g（電池含む） |
| 主な材質 | | 本体：ABS　透明レンズ：PMMA |
| 生産国 | | 中国 |

## アフターサービスについて

1. 保証書について

保証書は、取扱説明書に付いておりますので、必ず「販売店名、購入日」等の記入をお確かめになり、保証書内容をよくお読みいただき、大切に保管してください。
保証期間は、お買い上げ日より1年間です。

2. 修理を依頼されるとき

●保証期間中は、弊社お客様サービス相談室へお電話にてご連絡のうえ、保証書を添えて本器をお送りください。

●保証期間が過ぎているときは、弊社お客様サービス相談室にご相談ください。修理によって商品の機能が維持できる場合は、ご希望により有料修理させていただきます。

3. ご不明な点はお客様サービス相談室にお問い合わせください。

©2008 TANITA Corporation. All Rights Reserved.

株式会社 タニタ

本社・東京営業所 〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2 ☎ 03(3558)8111(代表)
大阪営業所 〒577-0013 東大阪市長田中1-3-15 ☎ 06(6784)2811(代表)
名古屋営業所 〒460-0002 名古屋市中区丸の内2-19-20 ☎ 052(201)6391(代表)
福岡営業所 〒816-0082 福岡市博多区麦野4-2-6 ☎ 092(575)5761(代表)
仙台営業所 〒983-0852 仙台市宮城野区榴岡1-6-8 ☎ 022(299)7161(代表)
札幌営業所 〒007-0834 札幌市東区北34条東22-1-35 ☎ 011(786)5611(代表)

ホームページアドレス http://www.tanita.co.jp

お問い合わせ先
フリーダイヤル 0120-133821
受付時間/9：00～18：00（土・日・祝祭日は除く）
お客様サービス相談室 〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2

＜無料修理規定＞

1. 取扱説明書等の注意書に従った正常な使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理をさせていただきます。
2. 保証期間内に故障して無料修理をお受けになる場合には、弊社お客さまサービス相談室にご連絡の上、商品と保証書をお送りください。
3. ご贈答品等で本保証書に必要事項が記入していない場合には、弊社お客さまサービス相談室へご相談ください。
4. 保証期間内でも次の場合には、有料修理になります。
   イ. 使用上の誤り及び不当な修理や改造による故障及び損傷
   ロ. お買い上げ後の落下等による故障及び損傷
   ハ. 火災、地震、水害、落雷、ガス害、塩害その他の天災地変、公害や異常電圧による故障及び損傷
   ニ. 保証書の提示がない場合
   ホ. 保証書にお買い上げの年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合
5. 保証書は日本国内においてのみ有効です。
6. 保証書は、再発行致しませんので紛失しないように大切に保管してください。

※保証書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によって、お客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間後の修理についてご不明の場合は、弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

# 保　証　書

**販売店様へ**

ご販売時に貴店にて、保証書の所定事項（お買い上げ日、販売店様欄に捺印）をご記入のうえ、お客様にお渡しください。

**お客様へ**

本書は、無料修理規定により無料修理を行うことをお約束するものです。お買い上げの日から下記保証期間中故障が発生した場合は、本書をご提示のうえ、弊社お客様サービス相談室に修理をご依頼ください。

**※お客様の個人情報は、修理完了品の発送に使用させていただき、修理品とともにご返却致します。この間、お客様の個人情報は、第三者が不当に触れることのないよう、当社規定に基づき、責任を持って管理致します。**

| | |
|---|---|
| 品　　名 | 3Dセンサー搭載歩数計　FB-728/72E |
| 保証期間 | 本体　お買い上げ日より1年 |
| お買い上げ日 | 年　　月　　日 |
| 販売店 | ご住所・店名<br>㊞<br>電話　　（　　） |
| お客様 | ご住所<br>お名前　　様<br>電話　　（　　） |

株式会社 タニタ
〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2
お客様サービス相談室
フリーダイヤル 0120-133821